

Czy wyjazd do Wielkiej Brytanii to dobra decyzja? Wolontariusze PPA o emigracji, emocjach i inspiracjach. Statystyki opisowe z ankiety internetowej.

mgr Paulina Bagrowska, 12/2020

Wprowadzenie

Polish Psychologists' Association to organizacja zrzeszająca polskich psychologów, psychoterapeutów i innych specjalistów na terenie Wielkiej Brytanii. Wielu z nas, wolontariuszy, zdecydowało się wyjechać z kraju, rozpocząć nowy rozdział, podjąć nową pracę, nauczyć się nowego języka, a towarzyszyć temu mogły różne powody i emocje. Każdy emigrację postrzega i odczuwa inaczej. Dla jednych może to być otwarcie na nowe, nieznanne i przez to ekscytujące, dla innych wiązać się może ze smutkiem i tęsknotą lub tymczasową opcją.

Ten artykuł nie jest artykułem naukowym. Wraz z zespołem działu badawczego DOPRA, postanowiliśmy zebrać w całość bardzo ogólny obraz emigracji, oparty na spostrzeżeniach i doświadczeniach 20 wolontariuszek z naszej organizacji. Tekst ma stanowić noworoczny dodatek, który może wnieść wartość informacyjną, ale głównym jego celem jest jednak przekazanie sporej dawki inspiracji i otuchy dla osób, które dopiero zaczynają swoją przygodę na obczyźnie i dla których nie jest to łatwy czas.

Zapraszamy do zapoznania się z ogólnymi statystykami z krótkiej ankiety internetowej, stworzonej wyłącznie na potrzeby danego projektu przez dział badawczy DOPRA. Niech Was nie zrażą żadne cyferki... obiecuję, że inspirujący dodatek na końcu tekstu wszystko Wam wynagrodzi.

Pozdrawiamy ciepło! :)

Wyniki

Dane demograficzne

Ankiety wypełniło 20 kobiet w wieku od 24 do 44 lat (średnia wieku wyniosła 32.9). Wszystkie z nich są wolontariuszkami Polish Psychologists' Association, pełniące swoje obowiązki w wielu różnych działach i projektach. 16 (80%) osób aktualnie pracuje, 5 (25%) uczy się lub studiuje a 2 (10%) z nich są bezrobotne. 90% (N=18) kontynuowało naukę w Wielkiej Brytanii po wyjeździe z Polski, a 10% (N=2) nie. Badane zostały również zapytane o to, w jakim były wieku, kiedy opuszczały Polskę. Odpowiedzi na to pytanie mieściły się w przedziale **od 19 do 39 lat**, gdzie średnia wieku to 26 lat. Średnia liczba lat spędzonych w Wielkiej Brytanii przez respondentki to prawie trzy i pół roku (M=3.45).

Cel wyjazdu do Wielkiej Brytanii

Respondentki zostały poproszone o określenie głównego celu, jaki skłonił je do wyjazdu z Polski do Wielkiej Brytanii. Wśród odpowiedzi znalazły się takie opcje jak: lepsze zarobki niż w Polsce (N=3), wyższy standard życia (N=3), możliwość podróżowania i zwiedzania świata (N=5), lepsze perspektywy rozwoju zawodowego (N=7), brak pracy w Polsce (N=1), rodzina lub partner/-ka (N=10), chęć zmiany (N=4), studia (N=3), ciekawość życia poza Polską i poznanie siebie w różnych warunkach (N=1) oraz kwestie światopoglądowe i potrzeba życia w kraju lub mieście o wyższym poziomie różnorodności i tolerancji (N=1).

Największa liczba osób w naszej grupie, zdecydowała się wyjechać z kraju z powodów rodzinnych lub z partnerem/partnerką (N=10). Kolejnym ważnym czynnikiem okazały się lepsze perspektywy rozwoju zawodowego niż w Polsce (N=7). Odpowiedzi są bardzo zróżnicowane - każdy z nas, decydując się na opuszczenie kraju, kieruje się innymi wartościami i posiada różny bagaż doświadczeń... i to jest fajne!

Jeśli pracujesz, ile czasu zajęło Ci znalezienie pracy w Wielkiej Brytanii?

Dwie osoby nie pracują (10%), **12 osób (60%) znalazło pracę w ciągu pierwszego miesiąca** od przyjazdu, 3 osobom (15%) zajęło to mniej niż 6 miesięcy a kolejne 3 osoby (15%) znalazły pracę w ciągu pierwszego roku od przyjazdu.

W jakim stopniu uważasz, że wyjazd do Wielkiej Brytanii to była dobra decyzja?

Nikt z uczestników badania nie zaznaczył odpowiedzi „Nie zgadzam się, że była to dobra decyzja” (choć pewnie na początku tak mogło się niektórym wydawać...), 13 osób (65%) uważa, że wyjazd to była całkowicie dobra decyzja, a 7 osób (35%) w pewnym stopniu zgadza się z tym stwierdzeniem, że wyjazd to była dobra decyzja.

Emocje towarzyszące przed i po przeprowadzce do Wielkiej Brytanii

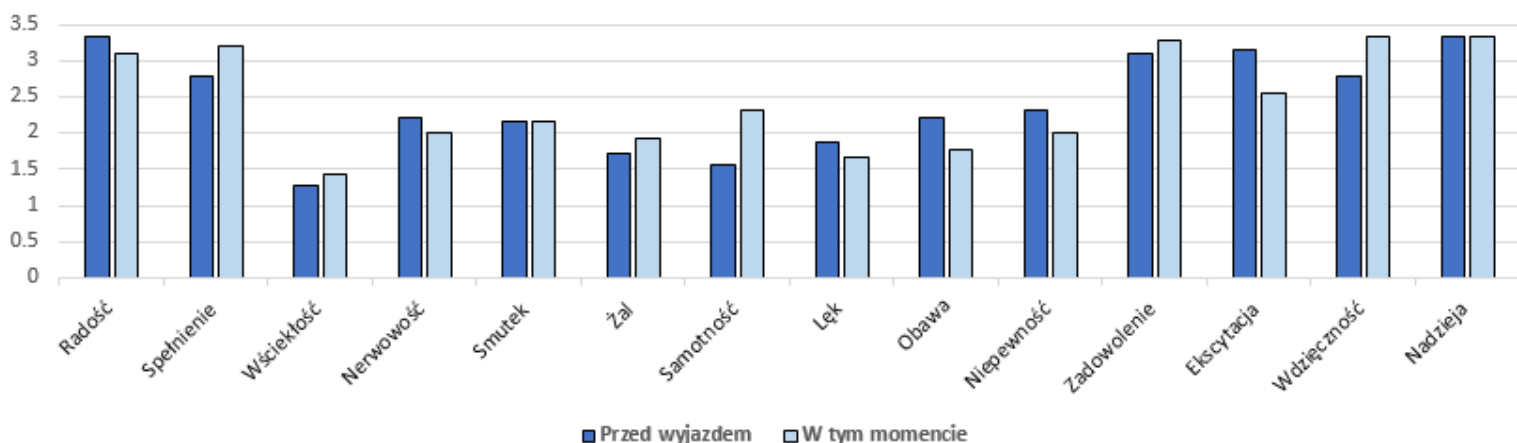
Respondentki zostały poproszone o zaznaczenie na skali od 0 do 3, w jakim stopniu towarzyszyły im dane emocje przed przyjazdem do Wielkiej Brytanii oraz jakie towarzyszą im w tej chwili (po przyjeździe).

Uczucia, które nasiliły się po przyjeździe do Wielkiej Brytanii to **Spełnienie, Zadowolenie i Wdzięczność**, ale też **Wściekłość, Żal i Samotność**. Emocje, które są mniej odczuwalne po przyjeździe to **Nerwowość, Lęk, Obawa, Niepewność** oraz **Radość i Ekscytacja**. Smutek oraz **Nadzieja** pozostały bez zmian. Wykres z wynikami znajduje się poniżej.*

Największe różnice w nasileniu danego uczucia przed i po wyjeździe, obejmują poczucie **Samotności**. Aby przeczytać artykuł dotyczący samotności na emigracji, zapraszamy na bloga PPA: <https://psychologwlonidynie.blog/>

*Ze względu na małą grupę badawczą, wyniki te należy traktować z przymrużeniem oka. :)

Emocje przed przyjazdem do Wielkiej Brytanii i w tym momencie



Ostatnie trzy punkty w tej ankiecie to pytania otwarte. Uczestniczki tego badania mogły swobodnie wpisać tekst w miejsce do tego przeznaczone, dlatego poniższe zdania to oryginalne cytaty respondentek.

Wymień jedną rzecz, która najbardziej Cię inspiruje...

- * „Inspiruje mnie, kiedy widzę, że komuś pomogłam. Inspirują mnie ludzie, którzy są silni i potrafią oddawać dobro innym.”
- * „Inspirują mnie podróże.”
- * „Inspiruje mnie moja mama.”
- * „Inspirują mnie inni ludzie.”
- * „Inspiruje mnie pozytywny feedback od klientów.”
- * „Inspiruje mnie kariera, rozwój osobisty i zawodowy oraz sukces - jako jedność.”
- * „Inspiruje mnie nauka.”
- * „Inspiruje mnie pisanie.”
- * „Inspiruje mnie rozwój osobisty i walka z własnymi słabościami.”
- * „Inspiruje mnie ciekawość ludzi i świata, chęć poznania ludzkich historii i dowiedzenia się „co będzie dalej”.”
- * „Inspirują mnie rozmowy z ciekawymi ludźmi.”
- * „Inspiruje mnie poznawanie nowych rzeczy i ludzi.”

... a Ciebie co inspiruje? :)

Wymień trzy umiejętności, których nauczyłeś/-aś się, będąc za granicą...

| | | | | | |
|------------------------------|--|--------------------------------------|------------------------------|----------------------------|--|
| Język angielski | Samodzielność | Otwartość | Pewność siebie | Asertywność | Zaradność |
| Wytrwałość w dążeniu do celu | Gotowanie | Możliwość wykorzystania umiejętności | Akceptacja różnych środowisk | Odpowiedzialność za siebie | Zdolność do poznawania innych kultur i dzielenia się naszą |
| Radzenie sobie z tęsknotą | Traktowanie siebie i innych życzliwiej | Wypełnianie dokumentów | Dystans do siebie | Elastyczność | |

Gdybyś mógł/mogła udzielić tylko jednej rady osobie, która dopiero co wyjechała z Polski - co by to było?

- * „Nie poddawaj się szukając pierwszej pracy, czasem po prostu trzeba chwilę poczekać.”
- * „Dobrze jest mieć swoich znajomych blisko.”
- * „Nie martw się językiem, bądź pewna/-y siebie i od razu realizuj plany i marzenia - nie czekaj na „idealny” moment.”
- * „Nie bój się. Miliony osób jest, było i będzie w takiej samej sytuacji. Realizuj się odważnie, ale w zgodzie ze sobą.”
- * „Bądź otwarty/-a na ludzi.”
- * „Warto próbować w życiu nowych rzeczy, czasem pewne decyzje są przygodą, a czasem długoterminowym planem - oba jak najbardziej dobrą i ciekawą częścią naszego życia.”
- * „Postaw sobie jasne cele.”
- * „Integruj się ze środowiskiem Brytyjczyków.”
- * „Czerp korzyści z możliwości edukacyjnych i zawodowych.”
- * „Stawiaj siebie na pierwszym miejscu i ufaj sobie.”

- * „Nie bać się i próbować dopóki się nie uda.”
- * „Nie uciekaj przed swoją tęsknotą i nie udawaj, że jej nie czujesz - jeśli ją czujesz. Przeżyj żalobę za krajem utraconym, daj sobie czas, zapal mu świeczkę. A potem otwórz umysł i zmysły na to co Cię otacza, bez potrzeby zbawiania całego świata - zwłaszcza tego zostawionego w kraju, bo to nie Twój obowiązek.”
- * „Warto szukać wsparcia i otwarcie mówić innym o swoich obawach.”
- * „Jak najszybciej wyjść do ludzi i szukać od samego początku możliwości rozwoju.”

ale można też... „**Na spokojnie ;-)**”.

Mamy nadzieję, że chociaż jedna z tych porad to właśnie ta, której w tej chwili potrzebowałeś/-eś! A może jest coś jeszcze, co Tobie pomogło i chciałbyś/-ałybyś podzielić się tym z innymi? Zapraszamy do kontaktu!

Kontakt

W razie jakichkolwiek pytań związanych z tematyką projektu, wynikami ankiety lub aktywnością działu badawczego PPA (DOPRA), zapraszamy do kontaktu!

Kontakt: Paulina Bagrowska

Email: research.department@polishpsychologists.org

All Rights Reserved

Copyright © Polish Psychologists' Association 2020

